



Эмоции. Патологии эмоций

План:

- Определение понятия «ЭМОЦИИ»
- Функции и виды ЭМОЦИИ
- Теории эмоции
- Патологии эмоций

Определение понятия «ЭМОЦИИ»

- Эмоции (от лат. *emoveo, emotum* - возбуждать, волновать) - реакции в виде субъективно окрашенных переживаний индивида, отражающих значимость для него воздействующего раздражителя или результата собственного действия (удовольствие, неудовольствие). (Коркина М.В., Лакосина Н.Д., Личко А.Е., Сергеев И.И. Психиатрия 2006)
- Эмоции - это физиологические состояния организма, имеющие ярко выраженную субъективную окраску и охватывающие все виды чувствований и переживаний человека - от глубоко травмирующих страданий до высоких форм радости и социального жизнеощущения. (П. К Анохин)

- Эмоции - особый класс субъективных психологических состояний, отражающих в форме непосредственных переживаний, ощущений приятного или неприятного, отношения человека к миру и людям, процесс и результаты его практической деятельности. (Психология Немов Р.С. Общие основы психологии 2003)
- Эмоции - один из важнейших механизмов психической деятельности, производящий чувственно окрашенную субъективную суммарную оценку поступающих сигналов, благополучия внутреннего состояния человека и сложившейся внешней ситуации. (Жариков Н.М., Тюльпин Ю.Г. - Психиатрия (2002))

- Эмоции - психические процессы, отражающие оценку ситуации для человека в плане удовлетворения его актуальных потребностей и протекающие в форме субъективных переживаний и физиологических реакции. (Ю.В. Щербатых -Общая психология)

ФУНКЦИИ ЭМОЦИИ

- **Отражательно-оценочная функция.** Эмоции оценивают значимость предметов и ситуаций для достижения целей и удовлетворения потребностей субъекта; являются той системой сигналов, посредством которой субъект узнает о значимости происходящих, прошлых и будущих событий; оценка возможности удовлетворения актуальных потребностей, и на этой почве построения прогноза будущих событий.
- **Побудительная функция.** Из оценки происходящего вытекает побуждение к действию. По мнению С.Л. Рубинштейна, «...эмоция в себе самой заключает влечение, желание, стремление, направленное к предмету или от него».

● **Активирующая функция** непосредственно связана с побудительной. Эмоции обеспечивают оптимальный уровень деятельности центральной нервной системы и ее отдельных структур. Эмоциональные состояния по-разному влияют на динамику протекания деятельности, на ее темп и ритм. Эмоции радости, уверенности в успехе придают человеку дополнительные силы, побуждают к более интенсивной и напряженной работе. Д.Хебб экспериментальным путем получил кривую, выражающую зависимость между уровнем эмоционального возбуждения человека и эффективностью его деятельности. Из нее явствует, что между эмоциональным возбуждением и эффективностью деятельности человека существует криволинейная зависимость. Для достижения наивысшего результата деятельности нежелательны ни слишком слабые, ни излишне сильные эмоциональные возбуждения. Слишком слабая эмоциональная возбужденность не обеспечивает должной мотивации деятельности, а слишком сильная разрушает ее, дезорганизует и делает неуправляемой. Для каждого человека имеется собственный оптимум эмоциональной возбудимости, обеспечивающий максимум эффективности в работе. Он зависит от многих факторов: особенностей выполняемой деятельности, условий, в которых она протекает, индивидуальности включенного в нее человека и многого др.

- **Синтезирующая функция.** Эмоции соединяют, синтезируют в единое целое отдельные сопряженные во времени и пространстве события и факты. А.Р.Лурия показал, что совокупность образов, прямо или случайно связанных с ситуацией, породившей сильное эмоциональное переживание, образует в сознании субъекта прочный комплекс. Актуализация одного из элементов влечет, иногда против воли субъекта, воспроизведение в сознании других его элементов.
- **Смыслообразование.** Эмоции служат сигналом смыслообразующей силы мотива.
- **Защитная функция.** Такое сильное эмоциональное переживание, как страх, предупреждает человека о реальной или мнимой опасности, способствуя тем самым лучшему продумыванию возникшей ситуации, более тщательному определению вероятности достижения успеха или неудачи. Тем самым страх защищает человека от неприятных последствий, а возможно, и от гибели.
- **Экспрессивная(коммуникативная) функция.** Эмоции за счет своего экспрессивного компонента принимают участие в установлении контакта с другими людьми в процессе общения с ними и воздействия на них; эмоции улучшают понимание людьми других людей за счет «считывания» невербальных реакции, сопровождающих эмоции.

- **Регулирующая функция.** Эмоции влияют на направление и осуществление деятельности субъекта. Возникновение того или иного эмоционального отношения к объекту, предмету, явлению влияет на мотивацию на всех этапах протекания деятельности. Оценивая ход и результат деятельности, эмоции придают субъективную окраску происходящему вокруг нас и в нас самих. Это значит, что на одно и то же событие разные люди могут эмоционально реагировать различно.
- **Подкрепляющая функция.** Благодаря эмоциям лучше вырабатываются условные рефлексy и остаются более глубокие следы памяти.
- **Мобилизующая функция.** Эмоции мобилизуют скрытые резервы организма в критических ситуациях (при помощи адреналина, активации симпатической нервной системы и др.).
- **Запуск стереотипных реакции.** В критических ситуациях, при дефиците времени для размышления эмоции запускают стереотипные реакции (страх-бегство, ярость-борьба).

Виды эмоции

Принято разграничивать эмоции:

- по знаку;
- по модальности;
- по степени и характеру активации физиологических процессов;
- по интенсивности и продолжительности.

По знаку различают положительные и отрицательные эмоции. Первые желанны для субъекта, он к ним стремится, а вторые — неприятны, он их избегает. Это деление указывает на мотивационную роль эмоций.

a.

положительные эмоции возникают в ситуациях, сулящих успех, достижение цели, удовлетворение потребности. Положительной эмоциональная реакция будет и в том случае, если мы знаем, как действовать, каким путем в данной ситуации достичь желаемого. Если же успех достигается за счет удачной находки, нового подхода, то положительная эмоция способствует их закреплению и поощрению.

b.

отрицательные эмоции возникают в ситуации фрустрации, то есть при появлении препятствий на пути к цели. Отрицательные эмоции позволяют увидеть проблемы и направления личностного роста. Эти эмоции блокируют неэффективные стратегии поведения. Они стимулируют наше развитие, только если принимать их, а не стремиться их подавлять. Негативные эмоции, кроме того, активируют механизмы психологической защиты.

По модальности(специфическому содержанию) эмоций:

- a. Тоска — переживание потери, траурное чувство. Обычно сопровождается ощущением тяжести и душевной боли.
- b. Тревога — беспредметное чувство близкого несчастья, предощущение беды. Сочетается с ощущением напряжения, беспокойством.
- c. Страх — переживание опасности для жизни, здоровья, благополучия. Страх обычно связан с конкретными ситуациями, объектами, людьми.
- d. Обида — чувство недовольства со стремлением обвинить другого, переложить на него ответственность за неудачу.
- e. Вина — переживание личной ответственности с упреками и осуждением самого себя. Это чувство противоположно обиде.
- f. Разочарование — чувство, сопровождающее утрату ценностных представлений, потерю веры в то, что ранее составляло смысл существования.
- g. Радость — положительное эмоциональное состояние, связанное с возможностью достаточно полностью удовлетворить актуальную потребность; предчувствие или переживание успеха.
- h. Удовольствие — чувство приятного от сделанного или удовлетворения физиологической потребности.
- i. Гнев — бурное проявление недовольства, не обязательно сочетающееся с враждебным отношением и агрессией.

По степени активации (мобилизации) организма:

а.

Стенические эмоции - повышают уровень активации организма и поднимают настроение (гнев, ярость, восторг).

б.

Астенические эмоции - снижают уровень активации организма, демобилизуют и расслабляют человека (тоска, печаль, грусть, стыд).

По интенсивности и продолжительности:

a.


Аффект — сильное и относительно кратковременное эмоциональное состояние, связанное с резким изменением важных для субъекта жизненных обстоятельств и сопровождаемое резким изменением в сознательной деятельности и выраженными двигательными проявлениями.

b.

Собственно эмоции — более длительные и менее интенсивные состояния по сравнению с аффектами. Эмоции имеют ситуативный характер, т.е. выражают оценочное отношение человека к наличной или возможной ситуации, к своей деятельности и к своим действиям.

с.


Чувство — одна из основных форм переживания человеком своего отношения к предметам и явлениям действительности. Оно отличается относительной устойчивостью и постоянством. Чувства человека возникают как обобщение эмоций — становление и развитие чувств выражает формирование устойчивых эмоциональных отношений. В отличие от ситуативных эмоций и аффектов, отражающих ситуативное значение предметов в конкретно сложившихся условиях, чувства выделяют явления, имеющие постоянную мотивационную значимость. Чувства — это устойчивые эмоциональные отношения, выступающие как своеобразная «привязанность» к определенному кругу явлений действительности, как стойкая направленность на них, «захваченность» ими.



- Нравственные (этические) чувства выражают отношение человека к другим людям, Родине, семье, самому себе. К этим чувствам относят любовь, гуманизм, патриотизм, справедливость, достоинство и т.д.

- Интеллектуальные (познавательные) чувства порождаются познавательными отношениями человека к миру. Предметом познавательных чувств является как сам процесс приобретения знаний, так и его результат. К интеллектуальным чувствам относят интерес, любознательность, ощущение тайны, удивления.

- Способность руководствоваться при восприятии явлений окружающей действительности понятиями прекрасного, любовь к красоте лежит в основе эстетических чувств. Эстетические чувства проявляются в художественных оценках и вкусах.

- 
- e. Настроение — устойчиво и относительно слабо выраженное эмоциональное состояние. Настроение определяется тем, как складываются взаимоотношения человека с окружающими, как он воспринимает события своей жизни. Настроение характеризуется положительным эмоциональным тоном (веселое, жизнерадостное, повышенное, эйфория) и отрицательным (грустное, подавленное, пониженное, дисфория, депрессия). Оно придает эмоциональную окраску всему поведению человека, выражается во всех его проявлениях.
- f. Страсть — сильное, глубокое, абсолютно доминирующее эмоциональное переживание. Она выражается в сосредоточенности, собранности помыслов и сил, в направленности их на единую цель.

Теории эмоции

Субъективные теории. Согласно им органические проявления эмоций являются следствием психических явлений.

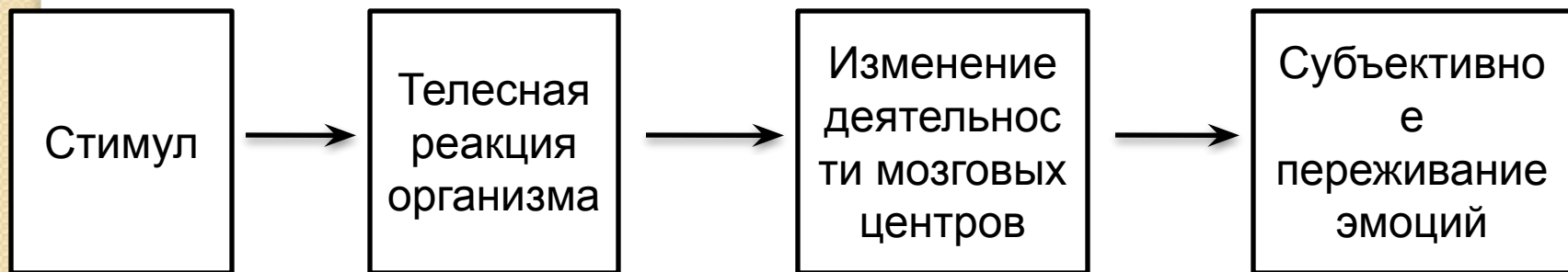
- **Иоганн Гербарт** считал, что эмоции - есть отражение взаимодействия различных представлений
- **Вильгельм Вундт** полагал, что эмоции отражают влияние психологических чувств и переживаний на течение представлений. Выделил три измерения эмоций: удовольствие - неудовольствие, успокоение - возбуждение, напряжение - разрядка (теория структуры эмоций).

Эволюционная теория эмоций Чарльза Дарвина, которую он изложил в книге "Выражение эмоций у человека и животных" (1872 г).

Дарвин показал, что во внешнем выражении разных эмоциональных состояний, в экспрессивно-телесных движениях много общего у антропоидов и слепорожденных детей. Эмоции согласно этой теории появились в процессе эволюции живых существ как жизненно важные приспособительные механизмы, способствующие адаптации организма к условиям и ситуациям его жизни. Телесные изменения, сопровождающие различные эмоциональные состояния, в частности, связанные с соответствующими эмоциями движения, по Дарвину, есть не что иное, как рудименты реальных приспособительных реакций организма.

Периферическая теория эмоций Джеймса-Ланге (Уильям Джеймс, Георг Ланге).

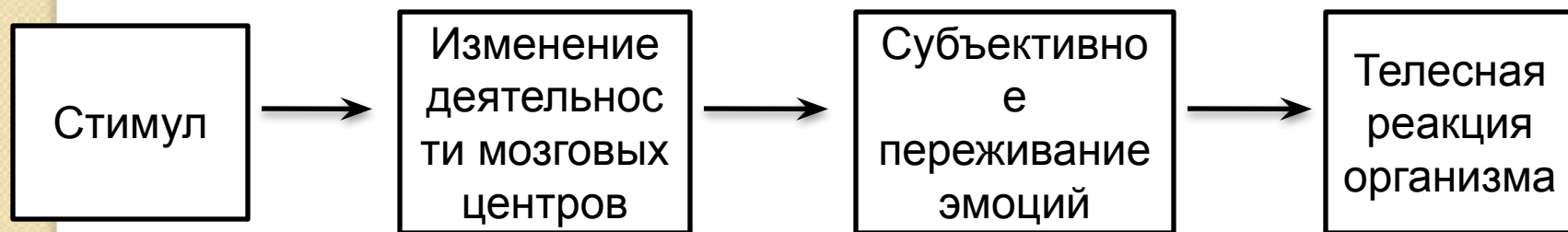
Выдвинули теорию, что эмоции есть восприятие ощущений, вызванных изменениями в теле вследствие внешнего раздражения. Внешнее раздражение, служащее причиной возникновения аффекта, вызывает рефлекторные изменения в деятельности сердца, дыхания, в кровообращении, в тоне мышц. Вследствие этого во всем теле при эмоции испытываются разные ощущения, из которых и складывается переживание эмоций.



Центральные теории эмоции утверждают, что первопричиной эмоций являются не телесные изменения, а активность определенных отделов головного мозга.

- Уильям Кеннон считал, что эмоциональные центры находятся в таламусе.

Питер Бард полагал, что эмоциональный центр находится в гипоталамусе и лимбической системе.



- Гарднер Линдсей и Дональд Хебб считали, что главную роль в возникновении эмоции играет ретикулярная формация ствола головного мозга.

Когнитивные теории эмоций связывают эмоции с сознанием и мышлением.

1. Теория когнитивного диссонанса Леона Фестингера (диссонанс - противоречия между ожидаемой и получаемой информацией об объекте).

Согласно ей положительное эмоциональное переживание возникает у человека тогда, когда его ожидания подтверждаются, а когнитивные представления воплощаются в жизнь, т.е. когда реальные результаты деятельности соответствуют намеченным, согласуются с ними, или, что то же самое, находятся в консонансе. Отрицательные эмоции возникают и усиливаются в тех случаях, когда между ожидаемыми и действительными результатами деятельности имеется расхождение, несоответствие или диссонанс.

Субъективно состояние когнитивного диссонанса обычно переживается человеком как дискомфорт, и он стремится как можно скорее от него избавиться. Выход из состояния когнитивного диссонанса может быть двояким: или изменить когнитивные ожидания и планы таким образом, чтобы они соответствовали реально полученному результату, или попытаться получить новый результат, который бы согласовывался с прежними ожиданиями.

2. *Когнитивно - физиологическая теория* Стенли Шехтера

Согласно этой теории эмоций формируются под действием трех групп факторов:

- объективных воздействий на организм (физические факторы среды);
- физиологических реакций организма;
- когнитивных факторов (память, мышление, сознание).

3. **Потребностно - информационная теория** предложена психофизиологом П.В. Симоновым (1964 г.).

Он считал, что эмоция определяется двумя факторами:

- интенсивностью актуальной проблемы;
- субъективной оценкой вероятности ее удовлетворения.

Он вывел формулу эмоций, согласно которой сила эмоций прямо пропорциональна силе актуальной потребности и разнице между величиной информации, необходимой для удовлетворения потребности, и имеющейся в распоряжении человека информации.

$$\text{Э} = f \text{ П } (\text{Ин} - \text{Ис}),$$

где Э - эмоция; П - сила и качество актуальной потребности; Ин - информации, необходимой для удовлетворения потребности; Ис - существующая информация.

Чем сильнее уровень актуальной потребности и чем больше рассогласование между имеющейся и необходимой информацией, тем сильнее эмоция. Там, где потребность низкая или результат заранее известен, эмоции не возникают. Если вероятность удовлетворения потребности высокая – эмоция положительна, если же вероятность низкая, то эмоция отрицательна.

Патологии эмоций

- Гипотимия(депрессия) - стойкое сниженное настроение, переживание подавленности, тоскливости, безысходности. Внимание фиксировано только на отрицательных событиях, настоящее, прошлое и будущее воспринимаются в мрачных тонах.
- Гипертимия(мания) - стойкое повышенное веселое, радостное настроение, сопровождающееся приливом бодрости, хорошим, даже прекрасным физическим самочувствием, легкостью в решении всех вопросов, переоценкой собственных возможностей. Больные полны энергии, во всем проявляют инициативу, заинтересованность.
- Эйфория - гипертимия с беспечным довольством , пассивной радостью, безмятежным блаженством, благодушным, беззаботным настроением в сочетании с замедлением мышления; переживание полного удовлетворения своим состоянием, недостаточная оценка происходящих событий. Больные не проявляют инициативы, бездеятельны, склонны к пустым разговорам.

- Экстаз - вариант гипертимии при котором наблюдается переживание восторга, необычного счастья.
- Дисфория - злобно-тоскливое (болезненно-пониженное) настроение, характеризующееся злобностью, мрачной раздражительностью, чувством неприязни к окружающим и недовольством собой, ворчливостью, угрюмостью. Часто сопровождается выраженными аффективными реакциями гневливости, ярости с агрессией, отчаяния с суицидальными тенденциями. Больные способны на циничные оскорбления, грубый сарказм и издевательства.
- Тревога - гипотимия сочетающаяся с чувством надвигающейся неопределенной угрозы, внутренним волнением, ожиданием несчастья и чувством внутреннего напряжения.

- Амбивалентность эмоции - одновременное существование двух взаимоисключающих эмоции (любви и ненависти, привязанности и безразличности).
- Апатия - отсутствие или резкое снижение выраженности эмоций, равнодушие, безразличие ко всему. Больные теряют интерес к близким и друзьям, равнодушны к событиям в мире, безразличны к своему здоровью и внешнему виду. Речь становится скучной и монотонной, мимика однообразна, слова окружающих не вызывают у них ни обиды, ни смущения, ни удивления.
- Эмоциональная лабильность - чрезвычайная подвижность, неустойчивость, легкость возникновения и перемены настроения. Больной легко переходит от слез к смеху, от суетливости к беспечной расслабленности.

- Слабодушие (эмоциональная слабость) - является вариантом эмоциональной лабильности. Характерна быстрая смена настроения и неспособность контролировать внешние проявления эмоции. Каждое событие переживается ярко, часто вызывает слезы, возникающие не только при печальных переживаниях, но выражающие и умиление, восторг.
- Эмоциональная ригидность - тугоподвижность, застреваемость эмоции, склонность к длительному переживанию чувств. Характеризуется злопамятностью, упрямством, упорством; в речи эмоциональная ригидность проявляется вязкостью. Больной не может перейти к обсуждению другой темы, пока полностью не выскажется по поводу интересующего его вопроса.

- Страх - чувство внутренней напряженности, связанное с ожиданием угрожающих событий, действий. Проявляется от тревожной неуверенности до состояния ужаса.
- Физиологический аффект - возникает в условиях внезапного оскорбления, потрясения или является острым результатом длительного накопления эмоциональности. При этой форме аффекта сохраняется память и понимание смысла своих действий.
- Патологический аффект - бурная эмоциональная реакция гнева, внезапно возникшая в ответ на ничтожные раздражители и сопровождающаяся агрессивными действиями на раздражитель.

- Чувство потери чувств - мучительное бесчувствие, тягостное эмоциональное опустошение, переживание безвозвратной утраты возможности чувствования.
- Паратимия (неадекватный аффект) - аффект, качественно и количественно не соответствующий вызвавшей его причине, по неадекватному поводу.
- Эмоциональная тупость (аффективная тупость, эмоциональное обеднение) - недостаточность или утрата аффективной откликаемости, бедность эмоциональных проявлений, безразличие, душевная холодность, равнодушие. Эмоциональная бесчувственность может сопровождаться агрессией и брутальностью.

Список литературы:

1. Коркина М.В., Лакосина Н.Д., Личко А. Е., Сергеев И.И. Психиатрия 2006
2. Психология Немов Р.С Общие основы психологии 2003
3. Ю.В. Щербатых -Общая психология
4. Жариков Н.М., Тюльпин Ю.Г. – Психиатрия 2002